

Idosos institucionalizados: fatores relacionados às atividades de lazer

Institutionalized elderly: factors related to leisure activities

Ancianos institucionalizados: factores relacionados con las actividades de ocio

Maria Aparecida Gabriel da Silva
Henrique Salmazo da Silva
Rosa Yuka Sato Chubaci
Beatriz Aparecida Ozello Gutierrez

RESUMO: Esta pesquisa quantitativa objetivou analisar os fatores relacionados à participação de residentes de Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) em atividades de lazer. Os resultados mostraram que os 43 participantes desta pesquisa estavam satisfeitos com as atividades realizadas; as atividades intelectuais foram as mais frequentadas; a comunicação e fortalecimento da amizade são variáveis importantes para os residentes. Entende-se que essa satisfação é essencial para manter esses residentes empoderados e ativos.

Palavras-chave: Instituição de Longa Permanência para Idosos; Idosos; Atividades de lazer.

ABSTRACT: *This quantitative research aimed to analyze the factors related to the participation of residents of Long Term Care Institutions for the Elderly (ILPI) in leisure activities. The results showed that the 43 participants were satisfied with the activities performed; intellectual activities were the most frequented; communication and strengthening of friendship are important variables for residents. It is understood that this satisfaction is essential to keep these residents empowered and active.*

Keywords: *Long-Term Care Facility for the Elderly; Seniors; Leisure activities.*

RESUMEN: *Esta investigación cuantitativa tuvo como objetivo analizar los factores relacionados con la participación de los residentes de Instituciones de Atención de Larga Duración para Personas Mayores (ILPI) en actividades de ocio. Los resultados mostraron que los 43 participantes estaban satisfechos con las actividades realizadas; las actividades intelectuales fueron las más frecuentadas; la comunicación y el fortalecimiento de la amistad son variables importantes para los residentes. Se entiende que esta satisfacción es fundamental para mantener a estos residentes empoderados y activos.*

Palabras clave: *Centro de atención a largo plazo para ancianos; Mayores; Actividades de ocio.*

Introdução

A família brasileira está cada vez mais modernizada e acompanha as mudanças da sociedade, tais como a inserção da mulher no mercado de trabalho, a redução do tamanho das famílias e a falta de tempo. Esses fatores, mesmo com as facilidades da vida tecnológica, estão modificando a relação do cuidado com a pessoa idosa (Alcântara, 2004; Vitorelli, *et al.*, 2017).

O indivíduo no processo natural de envelhecer passa por alterações fisiológicas, que vão desde uma maior fragilidade e vulnerabilidade a intercorrências patológicas, nos aspectos biológicos, psicológicos e sociais (Andrade, *et al.*, 2012). Neste ciclo da vida, a pessoa idosa precisa de mais atenção, carinho e cuidados específicos. Somadas a essas mudanças, a diminuição dos membros da família, a falta de tempo e as divergências familiares, têm impulsionado a procura por instituições de longa permanência para idosos, ILPI (Vitorelli, *et al.*, 2017). Instituições também conhecidas como abrigo, lar, asilo, casa de repouso (Alcântara, 2004).

Desde o início dos tempos, os asilos eram caracterizados como espaço de separação e exclusão, pois se acreditava que os indivíduos doentes, sem recursos financeiros, deveriam estar separados do convívio social (Groisman, 1999) e poderiam representar ameaças à saúde da população (Vitorelli, *et al.*, 2017).

As pessoas idosas ou familiares que procuram acolhimento em ILPIs apresentam características e necessidades diferenciadas das de outras épocas; há pessoas idosas que buscam uma ILPI para morar por opção própria, outros para manter a independência funcional mesmo diante de problemas de saúde (Bulla, & Mediondo, 2004).

Há aqueles que querem evitar gerar custos para os familiares; outros desejam uma vida social mais ativa, convivendo com pessoas da mesma faixa etária (Bulla, & Mediondo, 2004). Assim, grupos de convivência surgem como uma contribuição para o envelhecimento saudável e de qualidade (Leite, *et al.*, 2012).

Segundo Machado (2018), é preciso estar consciente sobre as mudanças necessárias para o bem-estar da população idosa, especialmente das que residem em ILPI. Para isso, se faz necessário desconstruir a ideia de caridade de outros tempos, e entender esses locais como instituições prestadoras de serviço diante da demanda atual de atendimento à pessoa idosa (Vitorelli, *et al.*, 2017).

É de suma importância para o bem-estar dos longevos os aspectos subjetivos do ambiente, ponto fundamental para a qualificação das ILPIs. Existe uma insuficiência quanto à investigação da qualidade no atendimento aos idosos institucionalizados e à percepção dos residentes no que se refere à prática de atividades de lazer (Machado, 2018).

Groisman (1999) afirmou que institucionalização é romper laços com familiares e sociedade, é excluir as pessoas idosas do convívio social e, para modificar este quadro deprimente, o lazer aparece proporcionando satisfação e bem-estar pessoal, reduzindo o estado depressivo, aumentando a autoestima e a rede de apoio social (Machado, 2018).

No entanto, essa satisfação ainda é pouco conhecida e valorizada. Assim, este presente estudo justifica-se pela necessidade de escutar o ator principal que é a pessoa idosa, e de mostrar para a sociedade o quanto é importante ter atividades de lazer nas ILPIs, nos Centros de convivência e nas praças públicas.

Partindo da premissa de que o lazer traz contribuições importantes para a inserção do idoso no ambiente social, a pergunta-problema deste estudo é: Será que os idosos que vivem em ILPI estão satisfeitos com as atividades de lazer oferecidas na instituição?

Nesse contexto, e com base na literatura científica que ampara o lazer como um cuidado ao idoso, proporcionando prazer e bem-estar pessoal, melhorando a adaptação no processo de institucionalização, e reforçando a autoestima e o convívio social (Leite, *et al.*, 2012), este estudo teve como objetivos: analisar os fatores relacionados à participação de idosos em atividades de lazer; identificar a satisfação de residentes de Instituição de Longa Permanência para Idosos que participam de atividades de lazer; investigar as atividades de lazer mais frequentadas pelos residentes; e conhecer as manifestações dos residentes relacionadas a essas atividades.

Método

A pesquisa foi de caráter transversal, descritiva e em formato de levantamento. A amostra constituiu-se de 43 pessoas idosas residentes em uma ILPI filantrópica situada na Zona Leste do município de São Paulo, SP, Brasil. Essa instituição existe há 80 anos e visa ao bem-estar de idosos em situação de vulnerabilidade social.

Em relação aos aspectos éticos da pesquisa, a realização da mesma aconteceu após autorização da gestora da ILPI, e aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo (CEP-EACH/USP) sob o número do parecer 4.309.352. Os residentes foram instruídos sobre a garantia do sigilo de informações e da preservação da identidade. Assim, foram respeitados os preceitos éticos inseridos pelas Resoluções do Conselho Nacional de Saúde n.º 510/2016.

Adotaram-se como critérios de inclusão: ser residente na ILPI com idade igual ou superior a 60 anos independentemente de sexo; que residam há mais de seis meses na ILPI; e que tenham nível de cognição preservado ou moderado, conforme resultado do Miniexame do Estado Mental, presente no prontuário dos residentes. e os que aceitassem participar da pesquisa assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Para a coleta de dados, foi utilizado um questionário semi-estruturado com onze perguntas, elaborado pelas pesquisadoras. O instrumento foi utilizado para analisar quanticamente a satisfação dos idosos que participam das atividades de lazer na ILPI em que residem, e demonstrar quais atividades de lazer eles mais frequentam.

Na composição do questionário, primeiramente ocorreu o levantamento dos dados sociodemográficos dos participantes, e a segunda parte foi constituída na busca da resposta para as perguntas direcionadas ao objetivo principal, que é analisar a satisfação em participar das atividades de lazer. Para mensurar a satisfação, foi utilizada a escala avaliativa (insatisfeito, pouco satisfeito, nada satisfeito, satisfeito, muito satisfeito e não sei), por ser uma escala simples e muito utilizada em pesquisa de opinião.

O questionário pré-elaborado com respostas alternativas e subjetivas foi aplicado individualmente pela entrevistadora em sala privativa, onde eles ficaram à vontade e responderam ao que realmente quiseram independentemente da presença da entrevistadora. As entrevistas tiveram duração de no mínimo 20 e no máximo de 30 minutos.

Os dados foram inseridos no *software* SPSS Statistics, versão 27.0, submetidos à análise descritiva, e apresentados por meio de tabelas e quadros com frequência simples e porcentual.

Resultados

A coleta de dados foi realizada durante o mês de outubro de 2020. No que diz respeito à caracterização do perfil sociodemográfico dos 43 participantes da pesquisa, observa-se que a maioria dos participantes deste estudo era do sexo feminino, tem no máximo quatro anos de escolaridade, renda inferior a dois salários mínimos e residem na ILPI entre um a nove anos, e que a idade prevalente dos entrevistados foi entre 80 e 89 anos com total de 44,19% (tabela 1).

Tabela 1. Características sociodemográficas dos idosos residentes na ILPI. São Paulo, SP, 2020

Variáveis	F (%)
Sexo	
Feminino	28(65,12)
Masculino	15(34,88)
Idade (anos)	
60 - 69	6 (13,95)
70 - 79	12 (27,91)
80 - 89	19 (44,19)
90 - +	6 (13,95)
Anos de estudo	
Até 4	26 (60,47)
Até 8	15 (34,88)
Mais de 8	2 (4,65)
Renda (salário mínimo)	
Menor que 2	38 (88,37)
De 2 até 3	5 (11,63)
Anos como residente na ILPI	
1 - 9	38 (88,37)
10 - 19	2 (4,65)
20 - 29	2 (4,65)
30 - +	1 (2,33)

Fonte: Dados da pesquisa

Constata-se que 100% dos participantes demonstraram-se satisfeitos com as atividades de lazer; 30,23% passaram a ter atividade de lazer após a institucionalização; e 81,4% tinham facilidade em fazer amizades (tabela 2).

Tabela 2 – Associação de gênero com a satisfação e outras variáveis relacionadas à participação dos residentes em atividades de lazer. São Paulo, SP, 2020

Variáveis	Feminino n (%)	Masculino (%)	n	Total n (%)
Satisfeito	18 (41,86)	8 (18,6)		26 (60,46)
Muito satisfeito	10 (23,26)	7 (16,28)		17 (39,54)
Frequentava atividade de lazer antes da institucionalização?				
Sim	19 (44,19)	11 (25,58)		30 (69,77)
Não	9 (20,93)	4 (9,30)		13 (30,23)
Frequenta atividade de lazer fora da ILPI?				
Sim	14 (32,56)	9 (20,93)		23 (53,49)
Não	14 (32,56)	6 (13,95)		20 (46,51)
Sempre teve facilidade em fazer amizade?				
Sim	22 (51,17)	13 (30,23)		35 (81,4)
Não	6 (13,95)	2 (4,65)		8 (18,6)

Fonte: Dados da pesquisa

Identifica-se que, ao longo da vida, os participantes gostavam de viajar e frequentar bailes. No entanto, atualmente eles têm maior interesse pelas atividades de lazer relacionadas às atividades intelectuais e às atividades manuais desenvolvidas dentro da ILPI. Identifica-se ainda, que as atividades relacionadas ao turismo são aquelas mais frequentadas fora da ILPI (quadro 1).

Quadro 1: Os interesses dos residentes relacionados às atividades de lazer. São Paulo, SP, Brasil, 2020

Variáveis	Práticas realizadas		
	Ao longo da vida n	Atuais Dentro da ILPI n	Atuais Fora da ILPI n
Sociais			
Baile	17	0	0
Físicos			
Caminhada, Ginástica, Natação e Academia	3	22	9

Artístico Musicoterapia, cinema e teatro	0	22	2
Manuais Artesanato; Trabalhos manuais; Culinária, Horta orgânica	4	54	0
Intelectuais Jogos interativos; Oficina de memória; contação de História; Leitura	2	87	0
Turísticos (Camargo, 2006) Passeios externos e Passeios Diversos	23	6	15
Virtuais (Schwartz, 2003) Oficina de Informática	0	7	0
Totais	49	198	26

Fonte: Dados da pesquisa

Tem-se que o fator comunicação se destaca entre as manifestações dos residentes relacionadas às atividades de lazer e que a timidez e/ou medo foram fatores que desencadearam a dificuldade em fazer amizade entre esses residentes (tabela 3).

Tabela 3. Apresentação das manifestações dos residentes relacionadas às atividades de lazer. São Paulo, SP, Brasil, 2020

Variáveis	n (%)
Percepções relacionadas ao convívio com os outros residentes devido a frequentar as atividades de lazer	
Melhora na comunicação	9 (20,9)
Fortalece amizade	7 (16,3)
Exercita e distrai a mente	6 (14)
Sentimento de felicidade	6 (14)
Se dá bem com todos	2 (4,7)
Afasta a solidão	2 (4,7)

Somos uma família	3 (7)
Não soube responder	8 (18,6)

Tem facilidade em fazer amizade?

É comunicativo(a)	19 (44,2)
Gosta, mas seleciona	10 (23,3)
Trabalho autônomo	3 (7)

Dificuldade em fazer amizade?

Timidez e/ou medo	7 (16,3)
Só com a família	2 (4,7)
Nunca gostou	2 (4,7)

Fonte: Dados da pesquisa

Discussão

Os resultados dados, advindos das entrevistas realizadas com os residentes, mostram que provavelmente estes almejam a preservação da capacidade funcional e cognitiva e o envelhecimento saudável.

Nessa perspectiva, idosos que realizam atividades de lazer mantêm a hipertensão arterial sistêmica (HAS) controlada, com isso, evitando a taxa de mortalidade causada por doenças cardiovasculares, juntamente com o abrandamento do nível de estresse, mantendo o bem-estar físico, mental e espiritual (Baldissera, & Bueno, 2012).

Para Sardella, *et al.* (2020), fatores como educação, ocupação, quociente de inteligência pré-mórbida e atividades de lazer são capazes de interagir com o conceito de fragilidade, ao invés de apenas atingir os aspectos cognitivos relacionados à demência.

Sabe-se que fragilidade é uma condição geriátrica, multidimensional, marcada pela vulnerabilidade decorrente de estressores e ainda representa um problema de saúde pública.

Nesse contexto, Terraza, Azzolino e Nélia (2020), ao estudarem a relação existente entre o tipo de atividade de lazer e as habilidades funcionais e cognitivas apresentadas por 50 idosos argentinos, encontraram a presença de correlação positiva entre o número de atividades desenvolvidas pelos idosos e a pontuação no teste neuropsicológico. Estes autores informaram que as correlações existentes podiam ser explicadas, devido aos mecanismos de plasticidade neural. Também esses autores ressaltaram que as atividades de lazer são um recurso potencial para programas de estimulação cognitiva devido a sua variedade e conteúdo motivacional/emocional que pode favorecer esses mecanismos.

É importante salientar sobre o conceito de reserva cognitiva (RC), que é considerado um fator potencial capaz de determinar diferenças individuais na vulnerabilidade cognitiva e nas trajetórias decorrentes do envelhecimento (Sardella, *et al.*, 2020).

Os resultados de estudo - realizado com 574 indivíduos, sendo 81,5% homens, com idade média de 69,9 anos, que objetivou examinar as trajetórias das atividades cognitivas e sociais da meia-idade à vida adulta e avaliar se essas trajetórias estavam associadas à estrutura do cérebro, conectividade funcional e cognição -, sugerem que uma abordagem do curso de vida pode delinear a associação entre atividades de lazer e saúde cognitiva e cerebral, e que intervenções destinadas a melhorar e manter o aspecto cognitivo podem ser valiosas para a saúde cognitiva de idosos residentes na comunidade (Mellis, *et al.*, 2020).

Evans, *et al.* (2019) descreveram que os níveis de atividade social estão associados à cognição, incluindo cognição global, função executiva e memória.

Sabe-se que determinadas atividades recreativas, tanto físicas como culturais: yoga, leitura, baile e exercício físico correlacionam-se positivamente com determinadas funções cognitivas e, por isso, são consideradas como sendo um recurso para a melhoria das funções cognitivas (García-Casares, Moreno-Leiva, & García-Arnés, 2017; Orozco, Guerrero, & Anaya, 2018; Sánchez Gutiérrez, 2011).

Nessa abordagem, Brown, *et al.* (2012), identificaram que o aumento na atividade social também parece estar associado a menor declínio no conhecimento semântico e melhor fluência da linguagem, raciocínio e memória ao longo do tempo.

Apesar da relevância do convívio social e da prática de atividade física para a qualidade de vida dos idosos, pesquisa chinesa de caráter longitudinal relacionada à longevidade saudável - que sistematicamente perguntou aos 66.789 entrevistados, sobre sua participação em atividades de lazer durante um período de 20 anos, de 1998 a 2018 -, observou, ao comparar os resultados de 2018 com os de 1998, que a razão de terem chances de assistir à televisão entre

os idosos mais velhos chineses aumentou cerca de duas a três vezes em 2018. Enquanto isso, a razão de praticar exercícios diminuiu 24%, principalmente em homens, e a possibilidade de jogar cartas diminuiu cerca de 30% para os homens. Os resultados também mostraram que a leitura se tornou menos popular entre os idosos mais velhos, e as mulheres chinesas tendiam a fazer mais tarefas domésticas do que antes. Assim, concluíram que os idosos chineses mais velhos se tornaram mais sedentários e solitários nas últimas duas décadas. Dessa forma, os autores alertaram que a tendência negativa no envolvimento com atividades de lazer entre a população idosa chinesa merece atenção política, e a necessidade de desenvolvimento urgente de intervenções de saúde pública para reverter essas tendências (Feng, *et al.*, 2020).

A respeito das percepções relacionadas ao convívio com os outros residentes, por estarem participando juntos das atividades de lazer, existe uma série de razões similares encontradas na literatura como: melhora na comunicação, na amizade, na atividade física e mental, interação uns com os outros, criando vínculo familiar (Derhun, *et al.*, 2018).

Os resultados deste estudo trouxeram à tona também as dificuldades que alguns idosos têm de fazerem novas amizades. Esses resultados corroboram os achados de Arando, *et al.* (2018), que - ao investigarem 1586 idosos sobre a capacidade preditiva da felicidade sobre o funcionamento familiar desses idosos, em três cidades da Colômbia -, depararam com o papel fundamental do bem-estar subjetivo dos idosos com as suas relações familiares, o peso significativo das relações sociais e do bom-trato entre os membros da família. Destacaram a relevância de se trabalhar, visando ao envelhecimento saudável, e que a infelicidade não seja característica intrínseca dessas relações no interior da família, para que permaneçam fortalecidas, pois à medida que aumenta a idade, as pessoas podem interagir menos com desconhecidos e manter apenas as suas relações mais próximas, enfrentando, com isso, uma imagem positiva da velhice, e se colocando como integrante ativo na família e na sociedade.

A participação nas atividades de lazer foi referida por alguns residentes como estratégia para afastar a solidão. Essa estratégia vai ao encontro dos achados da pesquisa realizada por Andrade, *et al.* (2009), na qual os idosos frequentadores de grupos de convivência relataram melhoria no convívio social, devido a apresentarem redução da solidão, a possibilidade de realidade das atividades de lazer, a convivência com outros idosos, a sensação de liberdade, a vontade de viver e, conseqüentemente, a melhoria da qualidade de vida.

Para Baldissera & Bueno (2012), o lazer é compreendido como estratégia de enfrentamento para a obtenção de independência e promoção da saúde mental.

Nessa linha de pensamento, infere-se que isso fortalece a quantidade de atividades de lazer que os residentes da ILPI realizam, sustenta o aumento da prática de atividades após a institucionalização e, ainda, a satisfação que sentem em participar dessas atividades, sem que, com isso, precisem procurar o lazer em outros locais fora da ILPI, mantendo, assim, a sua autonomia e bem-estar, explícitos nos dados apresentados quanto à satisfação e outras variáveis relacionadas à participação dos residentes em atividades de lazer. Talvez este fato possa explicar o bom-convívio entre os residentes na ILPI, e a felicidade por sentirem que constituem uma família.

Outro aspecto que foi mencionado neste estudo foi o sentimento de felicidade. A busca pela felicidade nos acompanha ao longo de nossas vidas, sendo marcada como um propósito de viver. Assim, ficou demarcada a relevância das atividades de lazer junto às pessoas idosas institucionalizadas, pois os próprios idosos fazem menção de que a prática de atividades de lazer provoca sentimentos de felicidade, amor, carinho e atenção (Berleze, *et al.*, 2014).

O êxito das práticas de lazer foi explicitado pelos residentes, ao mencionarem seus interesses relacionados às atividades de lazer, dando ênfase às ações intelectuais, manuais, físicas e artísticas. Essas ações foram citadas por Berleze, *et al.* (2014), como sendo momentos em que se distraem, fortalecem a amizade, e exercitam a mente, reduzindo os medos e a ansiedade. Nesta linha de pensamento, Nogueira e Martins (2017) afirmaram que a participação em atividades de lazer traz melhorias na qualidade de vida de idosos institucionalizados.

No presente estudo, observa-se que todos os residentes estão satisfeitos em praticar as atividades de lazer, não para preencher o tempo livre, ou por estarem “presos” na instituição, mas, sim, porque gostam, visto à quantidade de oficinas das quais eles participam na instituição e que poucos saem para participar de atividades fora da instituição. No entanto, salienta-se a importância de atividades como passeios e bailes dentro da instituição, pois são as atividades mais frequentadas fora da ILPI estudada.

Contrapondo-se aos achados desta pesquisa, Yoon, *et al.* (2020), ao pesquisarem sobre os idosos coreanos, perceberam que o índice global de satisfação com a vida de adultos coreanos mais velhos estava no terço inferior, e que a grande maioria dos coreanos mais velhos passa a maior parte do dia assistindo à televisão em casa.

O cenário caracterizado por esta pesquisa leva a confirmar o quanto é importante a preocupação em conhecer as necessidades dos residentes em relação às atividades de lazer e qual a satisfação desses residentes com as atividades apresentadas.

Conclusão

Foi possível constatar com esta pesquisa que os residentes estão satisfeitos com as atividades de lazer que lhes são oferecidas; observa-se que as atividades intelectuais são as mais frequentadas, seguidas pelas atividades manuais.

Frente aos dados encontrados nesta pesquisa, faz-se necessário valorizar as atividades de lazer destacadas pelos residentes e, ainda, implementar mais opções como passeios e bailes que são as atividades mais frequentadas em outros serviços pelos residentes.

Destaca-se a relevância de prosseguir com o presente estudo, investigando também os colaboradores e gestores das ILPI, pois estes estão convivendo diretamente com as pessoas idosas e podem perceber o quanto a prática de atividades de lazer desenvolve capacidade física, motora e intelectual, promovendo uma melhora na saúde dos residentes quanto aos aspectos biopsicossociais.

É importante investigar a prevalência, e por qual motivo a população institucionalizada é, em sua maioria, do sexo feminino; com o resultado da pesquisa, é possível colaborar na criação de políticas públicas direcionadas a esta população, começando nas mídias sociais, solicitando a elas atenção e olhar humanizado.

Sugere-se explorar os objetivos gerais deste estudo em outras cidades e estados, investigando a qualidade das instituições, e de que maneira estão oferecendo bem-estar para os residentes. Com a continuidade da pesquisa, em âmbito nacional, será possível ampliar as atividades de lazer e recreação, pois o contato com novas culturas proporcionará troca de conhecimento e criatividade.

Referências

Alcântara, A. O. (2004). *Velhos institucionalizados e família: entre abafos e desabafos*. Campinas, SP: Alínea.

Andrade, A. N., Fernandes, M. das G. M., Nóbrega, M. M. L., Garcia, T. R., & Costa, K. N. de F. M. (2012). Análise do conceito fragilidade em idosos. *Texto Contexto Enferm., Florianópolis*, 21(4), 748-756. Recuperado em 30 novembro, 2020, de: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072012000400004>.

Baldissera, V. D. A., & Bueno S. M. V. (2012). O lazer e a saúde mental das pessoas hipertensas: convergência na educação para a saúde. *Rev Esc Enferm USP*, 46(2), 380-387. Recuperado em 03 maio, 2017, de: www.ee.usp.br/reensp/.

- Berleze, D. J., Tolfo, J. C., Costa, V. R. P., & Marques, C. L. da S. (2014). Idosos institucionalizados em Santa Maria (RS): o lazer como uma possibilidade de inclusão social. *Revista Kairós-Gerontologia*, 17(4), 189-210. ISSN 1516-2567. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PUC-SP. Recuperado em 03 fevereiro, 2020, de: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/23820/17101>.
- Brown, C. L., Gibbons, L. E., Kennison, R. F., Robitaille, A., Lindwall, M., Meghan B., Mitchell, M. B., Shirk, S. D., Atri, A., Cimino, C. R., Benitez, A., MacDonald, S. W. S., Zelinski, E. M., Willis, S. L., K., Schaie, W., Johansson, B., Dixon, R. A., Mungas, D. M., Hofer, S. M., & Piccinin, A. M. (2012). Social activity and cognitive functioning over time: a coordinated analysis of four longitudinal studies. *J Aging Res*, Article ID 287438. Recuperado em 03 fevereiro, 2020, de: DOI:10.1155/2012/287438.
- Bulla, L. C., & Mediondo, M. Z. (2004). Velhice, dependência e vida cotidiana institucional. In: Cortelletti, I. A., Casara M. B., & Herédia V. B. M. (Orgs.). *Idoso asilado: um estudo gerontológico*. Caxias do Sul, RS: Educs/Edipucrs, 87-107.
- Derhun, F. M., Castro, V. C., Mariano, P. P., Baldissera, V. D. A., & Carreira, L. (2018). Percepção de idosos institucionalizados sobre o lazer. Percepção de idosos institucionalizados sobre o lazer. *Rev Baiana Enfermagem*, 32, e25703. Recuperado em 03 fevereiro, 2020, de: DOI: 10.18471/rbe.v32.25703.
- Evans, I. E. M., Martyr, A., Collins, R., Brayne, C., & Clare, L. (2019). Social isolation and cognitive function in later life: a systematic review and meta-analysis. *J Alzheimers Dis*, 70 (s1), S119-S144. Recuperado em 03 fevereiro, 2020, de: DOI:10.3233/JAD-180501.
- Feng, Q., Fong, J.H., Zhang, W., Liu, C., & Chen, H. (2020). Leisure Activity Engagement Among the Oldest Old in China, 1998-2018. *Am J Public Health*, 110(10), 1535-1537. Recuperado em 03 fevereiro, 2020, de: DOI: 10.2105/AJPH.2020.305798.
- García-Casares, N., Moreno-Leiva, R. M., & García-Arnés, J. A. (2017). Efecto de la musicoterapia como terapia no farmacológica en la enfermedad de Alzheimer. Revisión sistemática. *Rev. Neurol.*, 65, 529-538. Recuperado em 03 maio, 2017, de: <https://www.neurologia.com/articulo/2017181>.
- Groisman D. (1999). Asilos de velhos: passado e presente. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, 2, 67-87. Recuperado em 03 maio, 2017, de: <file:///C:/Users/Dados/AppData/Local/Temp/5476-17413-1-PB.pdf>
- Leite M. T., Winck, M. T., Hildebrandt, L. M., Kirchner, R. M., & Silva, L. A. A. (2012). Qualidade de vida e nível cognitivo de pessoas idosas participantes de grupos de convivência. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, 15(3), 481-492. Recuperado em 03 dezembro, 2020, de: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180998232012000300009&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S180998232012000300009>.
- Machado, C. C. (2018). Avaliação da percepção dos usuários institucionalizados e não institucionalizados sobre Instituições de Longa Permanência para Idosos na cidade de Pelotas, RS. (207f.). Dissertação de mestrado em Arquitetura e Urbanismo. Programa de Pós-Graduação em Arquitetura e Urbanismo, Faculdade de Arquitetura e Urbanismo. Universidade Federal de Pelotas, Pelotas.

Terraza, A. V. M., Azzolino, J. M., & Neila, M. J. J. (2020). Relación entre actividades recreativas declaradas y capacidades cognitivas y funcionales en adultos mayores / Relation between declared recreational activities and cognitive and functional abilities in older adults. *Rev. Cub. Salud Pública*, 46(2), e1295. Recuperado em 03 fevereiro, 2020, de: <https://pesquisa.bvsalud.org/hansen/resource/pt/biblio-1126860?src=similardocs>.

Nogueira, W. B. S., & Martins, C.D. (2017). O lazer na terceira idade e sua contribuição para uma melhor qualidade de vida: um estudo com idosos institucionalizados. *Revista Brasileira de Ciências da Vida*, 5(2). Recuperado em 03 maio, 2018, de: <file:///C:/Users/Dados/AppData/Local/Temp/228-Texto%20do%20artigo-1136-1-10-20170717.pdf>.

Orozco, G. C., Guerrero, S. H., & Anaya, M. C. (2018). Tai Chi en el envejecimiento cognitivo y actividades de la vida diaria. *Ciência & Futuro*, 8(1), 101-123. Recuperado em 03 maio, 2018, de: https://revista.ismm.edu.cu/index.php/revista_estudiantil/article/view/1510.

Gutiérrez, G. S. (2011). Meditación, mindfulness y sus efectos biopsicosociales. Revisión de literatura. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(2), 223-254. Recuperado em 15 maio, 2018, de: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol14num2/Vol14N o2Art13.pdf>.

Sardella, A., Catalano, A., Lenzo, V., Bellone, F., Corica, F., Quattropani, M. C., & Basile, G. (2020). Association between cognitive reserve dimensions and frailty among older adults: A structured narrative review. *Geriatr Gerontol Int*, 20(11), 1005-1023. Recuperado em 15 maio, 2018, de: <https://doi.org/10.1111/ggi.14040>.

Fagundes, K. V. D. L., Esteves, M. R., Ribeiro, J. H. de M., Siepierski, C. T., Silva, J. V., & Mendes, M. A. (2017). Instituições de longa permanência como alternativa no acolhimento das pessoas idosas. *Rev. Salud Pública*, 19(2), 210-214. Recuperado em 03 dezembro, 2020, de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642017000200210&lng=pt. <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v19n2.41541>.

Yoon, H., Lee, W. S., Kim, K.-B., & Moon, J. (2020). Effects of Leisure Participation on Life Satisfaction in Older Korean Adults: A Panel Analysis. *Int J Environ Res Public Health*, 17(12), 4402. Recuperado em 03 de dezembro, 2020, de: <https://doi.org/10.3390/ijerph17124402>.

Maria Aparecida Gabriel da Silva – Estudante de Gerontologia, Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo. Brasil.

E-mail: cidinhabezerragabriel@usp

Henrique Salmazo da Silva – Doutor, Universidade Federal de São Paulo, Docente de Pós-Graduação em Gerontologia da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo. São Paulo, São Paulo, Brasil.

E-mail: henriquesalmazo@yahoo.com.br

Rosa Yuka Sato Chubaci – Doutora pela Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, Docente de Graduação e Pós-Graduação em Gerontologia da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo. São Paulo, São Paulo, Brasil.

E-mail: rchubaci@usp.br

Beatriz Aparecida Ozello Gutierrez – Doutora, Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo, Docente de Graduação e Pós-Graduação em Gerontologia da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo. São Paulo, São Paulo, Brasil.

E-mail: biaagutierrez@gmail.com